

بررسی تاثیر آموزش تنظیم رژیم غذایی بر میزان قند خون ناشتا و نمایه

توده بدنی بیماران دیابتی نوع ۲

دکتر غلامرضا شریفی راد^۱، عزیز کامران^۲، دکتر محمد حسن انتظاری^۳

^۱دانشیار آموزش بهداشت گروه خدمات بهداشتی دانشکده بهداشت دانشگاه علوم پزشکی اصفهان
^۲نویسنده مسئول: مربی آموزش بهداشت، گروه پزشکی اجتماعی دانشکده پزشکی دانشگاه علوم پزشکی اردبیل

E-mail: a-kaamran@arums.ac.ir

^۳استادیار تغذیه دانشکده بهداشت دانشگاه علوم پزشکی اصفهان

چکیده

مقدمه و هدف: بیماری دیابت از جمله بیماریهایی است که سهم عمده درمان و کنترل آن به عهده بیماران است لذا آگاهی آنان در زمینه های مختلف بخصوص رژیم غذایی از اهمیت بالایی برخوردار است. این مطالعه با هدف تعیین تاثیر آموزش رژیم غذایی بر عملکرد تغذیه ای و میزان قند خون و نمایه توده بدنی بیماران دیابتی نوع ۲ مراجعه کننده به انجمن دیابت ایران - کرج انجام گردید.

مواد و روش ها: جمعیت مورد مطالعه، تعداد ۸۸ نفر از بیماران مبتلا به دیابت نوع ۲ تحت پوشش انجمن دیابت ایران شعبه کرج بودند که به طور تصادفی به دو گروه مداخله (۴۴ نفر) و کنترل (۴۴ نفر) تقسیم شدند. اطلاعات از طریق تکمیل پرسشنامه طی مصاحبه مستقیم و سازمان یافته با نمونه های انتخاب شده و برگه ثبت نتایج آزمایشگاهی در دو نوبت قبل از مداخله آموزشی و یکماه بعد از آن جمع آوری گردید.

یافته ها: پس از مداخله، افزایش معنی داری در میانگین نمرات آگاهی (از ۵۷/۵۰ به ۸۰/۱۸) و رفتار (از ۱۷/۵ به ۵۲/۱) و کاهش معنی داری در میانگین توده نمایه بدنی (از ۲۸/۳ به ۲۷/۹) کیلوگرم بر متر مربع، میانگین میزان قند خون (از ۱۶۷/۹ به ۱۳۴/۵) کیلوگرم در دسی لیتر در بیماران گروه مداخله درمورد بیماری دیابت و رعایت رژیم غذایی ایجاد گردید ($p < 0.01$). اما در گروه کنترل تغییر معنی داری مشاهده نشد.

نتیجه گیری: بر اساس نتایج بدست آمده آموزش رژیم غذایی در کاهش قند خون و BMI (Body Mass Index) بیماران - دیابتی نوع ۲ موثر بوده است.

واژه های کلیدی: دیابت نوع ۲، رژیم غذایی، آگاهی، نمایه توده بدنی، قند خون ناشتا

پذیرش: ۸۶/۱۲/۲۱

دریافت: ۸۵/۱۱/۲۵

مقدمه

دیابت شامل گروهی از اختلالات متابولیکی شایع است که وجه مشترک آنها در فنوتیپ هیپرگلیسمی است. در ایالات متحده دیابت شیرین علت اصلی بیماری مرحله انتهایی کلیوی ESRD^۱، آمپوتانسیونهای غیرتروماتیک

اندام تحتانی و کوری بالغین می باشد و با افزایش شیوع دیابت شیرین در سراسر جهان انتظار می رود که این بیماری همچنان یکی از علل اصلی بیماریزایی و مرگ و میر باقی بماند [۱]. شمار زیادی از بیماران دیابتی نوع ۲ معمولا اضافه وزن دارند و بعلاوه ارتباط بین اضافه وزن و مقاومت انسولین، کاهش دریافت انرژی و کاهش اضافه وزن در این بیماران ضروری به

^۱ End Stage Renal Diseases